**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА**

**профилактики детского травматизма на спортивных тренировках**

**Цель программы:** поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся ДЮСШ, создание наиболее благоприятных условий для формирования у учащихся  отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха, привлечение детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом**,** создание оптимальных условий  на  занятиях  секций без угрозы жизни и здоровью учащихся ДЮСШ.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1.    Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.

3.     Популяризировать  преимущества  здорового образа жизни, расширить кругозор учащихся  ДЮСШ в области физической культуры и спорта.

4.     Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на занятиях секций, предотвращению роста заболеваемости учащихся.

5.     Просветить  родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий своё место и предназначение в жизни выпускник ДЮСШ.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Учебно-воспитательная работа.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого года обучения с целью обеспечения адаптации к новым условиям | сентябрь |
|  | Организация перерывов занятий секции и длительной динамической паузы с обязательным пребыванием детей на свежем воздухе | в течение года |
|  | Организация перерывов занятий и создание в перерывах таких условий, которые способствовали бы оптимальному двигательному режиму учащихся | в течение года |
|  | Внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику учебно-воспитательного процесса | Сентябрь-ноябрь |
|  | Пресечение использования излишне тяжелых нагрузок  | в течение года |

**Диагностическая работа** – комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья учащихся; изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Создание «Паспорта здоровья» учащегося и группы | сентябрь |
|  | Осуществление контроля над соблюдением учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой) | в течение года |
|  | Плановый медосмотр | сентябрь, май |
|  | Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся | в течение года |
|  | мониторинг санитарного состояния учебного помещения - отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация | в течение года |
|  | Плановая диспансеризация учащихся | октябрь |

**Информационно-просветительская работа** – пропаганда ЗОЖ, наглядная агитация, консультации по всем просветительским вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Использование различных форм массовой пропаганды ЗОЖ: организация бесед, проведение дня здоровья, различных спортивных массовых мероприятий, походов и экскурсий | В течение года |
| 2 | Использование наглядной агитации: выпуск стенгазет, оформление уголка здоровья в ДЮСШ, воспитание учащихся личным примером (привлекательность внешнего вида, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, занятия спортом, отказ от вредных привычек),оформление стенда с указанием личных спортивных достижений тренеров-преподавателей и с лучшими учащимися ДЮСШ | В течение года |

**Функции тренера-преподавателя:**

1.     Санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности учащихся в ДЮСШ.

2.     Организация и проведение в группах мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся.

3.     Организация и проведение в группах  мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах, во время проведения занятий.

4.     Организация и проведение в группах мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения.

5.     Организация и проведение профилактической работы с родителями.

6.     Организация и проведение дополнительных  мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы, массовые спортивные мероприятия, походы и т.д.) в рамках данной программы.

8.     Организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся.

9.     Организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

10.     Организация и проведение занятий по теории спортивных дисциплин